IH クッキングヒーター

カンタンご使用ガイド

詳しくは「取扱説明書」をご覧ください。
➔P.00 このマークは「取扱説明書」の記載ページです。

鍋の材質と形状で、使える○ 使えない× を確認する ➔P.10

使える鍋

鍋底の直径
左右IHヒーター ……12～26cm
中央IHヒーター ……12～18cm
ラジエントヒーター …12～18cm

鍋底の形状
平らなもの

使えない鍋

反り3mm以上のもの　鍋底が丸いもの　脚があるもの

ガラス・陶磁器（土鍋・セラミック鍋など）、直火用魚焼き網
S IH または S CH·IH 付、IHで使えると表示しているものも含む

お願い

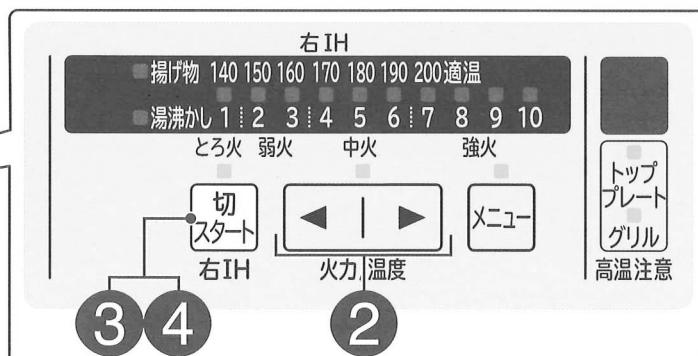
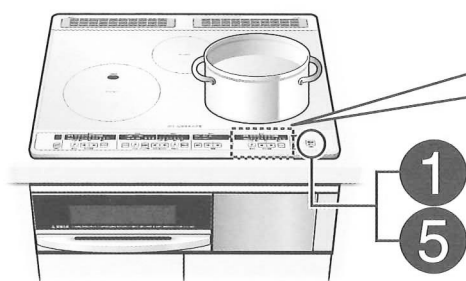
鍋底の水分や汚れ、付着物などは、ふき取ってから使用してください。

水分や汚れ、付着物はふき取ってから使う

ご注意
●揚げ物は、必ず指定の鍋をご使用ください。詳しくは取扱説明書をご覧ください。➔P.10
●IHヒーターには、財団法人 製品安全協会の S IH または S CH·IH マークの付いた鍋をおすすめします。

IHヒーターでお手持ちの鍋を確認する ➔P.11

●右IHヒーターで説明しています。
（左・右どちらのIHヒーターでも確認できます）

右IH
揚げ物 140 150 160 170 180 190 200 適温
湯沸かし 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
とろ火 弱火 中火 強火
切/スタート　右IH
◀ | ▶　火力 温度
メニュー
トッププレート　グリル　高温注意

準備 確認する鍋に水（約200mL）を入れ、IHヒーターの中央に置く

1 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）

2 ◀ | ▶ を押す

3 切/スタート を押し、火力表示ランプを見る

4 確認が終わったら
切/スタート を押し、通電を切る

5 続けて使わないときは
電源 切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

● 切/スタート を押してから ◀ | ▶ を押しても通電できます。

使える鍋、使えない鍋の表示

○ 使える鍋は加熱が始まります。

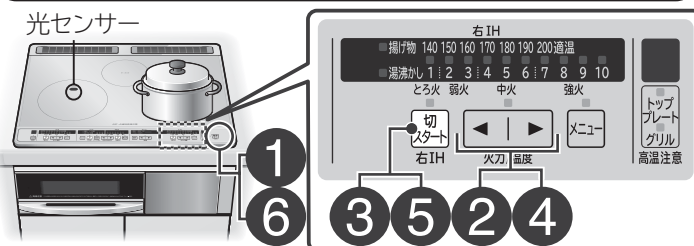
揚げ物 140 150 160 170 180 190 200 適温
湯沸かし 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
とろ火 弱火 中火 強火
点灯
火力表示ランプ

× 使えない鍋は火力表示ランプが交互に点灯します。

揚げ物 140 150 160 170 180 190 200 適温
湯沸かし 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
とろ火 弱火 中火 強火
交互に点灯

●約30秒後にブザーが鳴り、表示が消え、自動的に通電を停止します。

IHヒーターの操作手順（右IHヒーターで説明しています）

お好みの火力で調理する ➔P.14、15

準備 材料を入れた鍋をIHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する

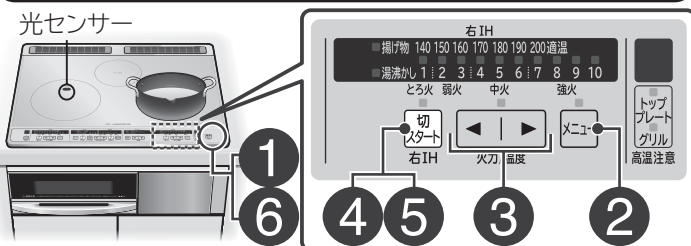
1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）
2. ◀｜▶ を押し、お好みの火力表示ランプを点灯させる
3. 切/スタート を押し、通電する

調理する

タイマーを使うときは ➔P.29

4. **火力を調節するときは**
   ◀｜▶ を押す
5. **調理が終わったら**
   切/スタート を押し、通電を切る
6. **続けて使わないときは**
   電源 切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

● 切/スタート を押してから ◀｜▶ を押しても通電できます。

「揚げ物」を選んで調理する ➔P.16、17

準備 200g～800g、深さ1cm以上に油を入れた指定の鍋をIHヒーターの中央に置き、鍋底が光センサーの上にあることを確認する

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）
2. メニュー を押し、「揚げ物」ランプを点灯させる
3. ◀｜▶ を押し、油温を設定する
4. 切/スタート を押し、通電する
   - ●鍋の温度を正しくはかるため鍋を中央から動かさないでください。
   - ●メロディーが鳴ったら適温です。

   適温になったら調理する

   - ●適温になる前に、材料を入れないでください。
   - ●油温を調節する場合は ◀｜▶ を押します。
5. **調理が終わったら**
   切/スタート を押し、通電を切る
6. **続けて使わないときは**
   電源 切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

■他のメニューを選んで調理をするには　湯沸かし ➔P.18　煮込み ➔P.19

トッププレートの上は

警告

●トッププレートの光センサーの汚れや水などは、きれいにふき取る
光センサーが汚れていたり、ぬれていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があり、発火のおそれがあります。

使用中（調理中）・使用後は

警告

●市販の汚れ防止シート（電磁調理器カバー）※を使わない
鍋の温度が正しく検知できず、発火のおそれがあります。
※トッププレートの上にのせて、その上で調理をすることでトッププレートの汚れを防ぐものです。
●使用中や使用後しばらくはトッププレートなどの高温部に触れない
●鍋・鍋の取っ手などの高温部に触れない
●いため物・焼き物など、少量の油を入れて予熱するときや、予熱の後で油を入れて調理するときは、そばを離れたり、加熱し過ぎない

注意

●片手鍋を使用する場合は、取っ手の位置に十分注意する
取っ手が手や体に不用意に当たった場合、鍋がひっくり返ってやけどや火災の原因になります。

調理の際は

警告

●加熱中や加熱後および再加熱の際は、鍋に顔を近づけたり、のぞき込まない
水などの液体やカレー・みそ汁・吸い物・牛乳などの煮物・汁物が突然沸とう（突沸）して飛び散ったり、鍋が跳び上がることがあり、やけどやトッププレートが割れるおそれがあるため、加熱中や加熱後および再加熱の際は鍋に顔を近づけたり、のぞき込まないようにしてください。

●調理するときは食材の加熱状態を均一にするため火力を弱めにし、よくかき混ぜる

揚げ物調理は

●揚げ物調理の際、油は炎がなくても発火のおそれがあります

警告

●揚げ物調理中はそばを離れない
●指定の鍋以外は絶対に使わない ➔P.10
指定の鍋以外を使用すると温度調節機能が正しく働かないことがあり、火災の原因になります。
●フライパンは使わない
●油は200g（220mL）未満、また、深さ1cm未満では調理しない
油は200g（220mL）～800g（880mL）の範囲で、鍋の深さや調理物に応じて調理してください。油量が少ないと、油が過熱され発火するおそれがあります。また油量が多過ぎると、あふれてやけどや火災の原因になります。

●鍋底が変形したものは使わない
●鍋底やトッププレートに汚れがこびりついたまま使わない

●油煙が多く出たら電源を切る
●鍋はIHヒーターの中央に置く
●必ずメニューの「揚げ物」を使用する ➔P.16、17
手動によるお好みの火力では揚げ物調理をしないでください。油の温度を適正にコントロールできないため、油が過熱され発火するおそれがあり、火災の原因になります。

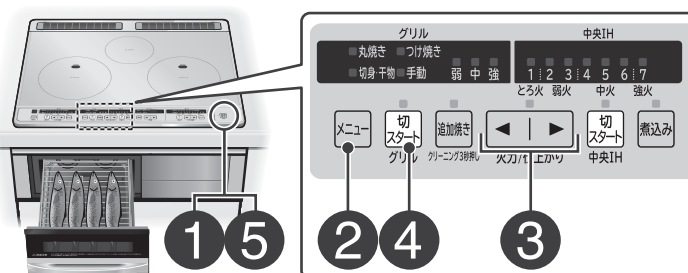
「揚げ物」で使える鍋について

●必ず指定の鍋を使用してください。➔P.10
・別売の推奨天ぷら鍋 ➔P.4 や IH または CH·IH 付の鍋で、次のものを使用してください。

鍋底の直径	12～26cm	鍋上部の内径	16cm以上
鍋底の形状	平らなもの（反りが3mm未満）		
鍋底の厚さ	1mm以上		

・IH または CH·IH 付でもフライパン・鋳物鍋は使用できません。

グリルの操作手順

メニューを選んで調理する ➔P.24、25

準備 受皿に水（200mL）を入れ、材料を焼網の上に置き、グリルドアを確実に閉める

1. 電源 切/入 を「ピッ」と鳴るまで約1秒押し、電源を入れる（ランプが点灯します）
2. メニュー を押し、希望のメニューのランプを点灯させる
3. ◀｜▶ を押し、材料に適した仕上がりに設定する

■グリル「手動」で魚焼き調理をする ➔P.26、27

4. 切/スタート を押し、通電する
   ●調理が終わると、メロディーが鳴ります。

   焼きが足りないときは「追加焼き」をする ➔P.28

   調理物を取り出す
5. **続けて使わないときは**
   電源 切/入 を押し、電源を切る（ランプが消灯します）

注意

●受皿には水以外のもの（アルミホイル・クッキングシート・オーブンシート・グリル用の石など）を入れて使用しない
脂が過熱し、発煙・発火するおそれや調理がうまくできないことがあります。

お手入れ

ご使用のたびにお手入れしてください。➔P.32~35

⚠注意

お手入れは、電源を切り、本体が冷えてから行う

光センサー

きれいにお手入れしてご使用ください。

ご注意

●光センサーが汚れていると、鍋の温度が正しく検知できない場合があります。汚れを取り除いてください。

グリルドア・焼網・受皿

薄めた台所用洗剤（中性）とスポンジで洗う。

ご注意

●焼網はたわしでこすらないでください。（表面処理に傷がついたり、はがれることがあります）汚れが気になる場合は、スポンジのナイロン面（硬い面）で洗ってください。黒ずみが部分的に残る場合がありますが、これは金属表面が熱により変色したもので、表面処理には影響ありません。そのままお使いください。

トッププレート・プレートワク（ステンレス製）

●**軽い汚れ**
絞ったふきんでふき取り、その後乾いたふきんでからぶきする。

●**油汚れ**
台所用洗剤（中性）を薄めて、ふきんにしみ込ませてふき取り、水を絞ったふきんで洗剤を除去した後、乾いたふきんでからぶきする。

●**落ちにくい汚れ**
クリームタイプのクレンザーを丸めたラップにつけてこすりとる。

●**それでも落ちないときは**
市販のセラミック用スクレーパーなどで煮こぼれの部分だけを軽く削り落とし、その後よくふき取る。

ご注意

●酸性・アルカリ性の強い洗剤（漂白剤、住宅用合成洗剤など）や、お酢を使って清掃しないでください。付着した場合はすぐにふき取ってください。
（液剤や洗剤が残ると、表面が変色したりトッププレートとプレートワクの接合部分が劣化し、はがれの原因になります）
●ドライバーやフォークなど先の鋭いものや粉末タイプのクレンザーは使わないでください。
●たわし・スポンジのナイロン面（硬い面）、アルミホイルなどでこすらないでください。
●しょうゆなどの調味料を放置すると、汚れあとが残ることがあります。
●鍋底の汚れがトッププレートにつく場合があります。鍋底の汚れも取り除いてください。

お困りのときは

修理を依頼される前に次の点をもう一度お調べください。➔P.36~39

現象	原因
鍋底の直径が小さかったり、鍋底が反っている鍋は火力が弱くなることがある	●ホーロー・ステンレス製の鍋については鍋底の直径が左・右IHヒーターの場合12～26cmのもので、鍋底の反りが3mm未満のもの、中央IHヒーターの場合は12～18cmのもので、鍋底の反りが3mm未満のものをご使用ください。（使える鍋について ➔P.10）
IHヒーターで火力が違う	●同じ鍋でも、IHヒーターで火力が異なる場合があります。また小さい鍋では、通電できる場合とできない場合があります。➔P.13
電源を切っても音がする	●電源を「切」にした場合でも継続して冷却ファンが回りますが、異常ではありません。本体内部の回路を保護するために、キー操作後冷却ファンが最大約10分間動作します。自動的に冷却ファンは止まります。
使用中にファンの音がしたり、止まることがある	●本体内部を冷やすために冷却ファンが回転するため、ファンの風切り音がします。 ●手動火力「1」とろ火（100W相当）の場合、ファンの回転を入・切しますので、止まる場合があります。
IHヒーター使用中に鍋から音がする	●鍋底が薄い鍋や多層鍋、ホーローの密着が良くない鉄ホーロー鍋など鍋の種類によっては音（ジー音、カチカチ音）や共鳴音（キーン音、キューン音）が発生することがあります。また鍋の取っ手に振動を感じることがあります。これは磁力線により鍋自体が振動するためで、異常ではありません。

2－K7472－1A

F7/F7T K2（HP）